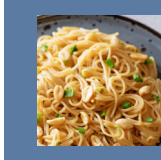
PRISON FELLOWSHIP

EN ESPAÑOL

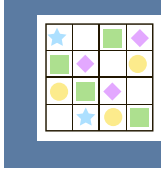
INSIDE JOURNAL®

TU FUENTE DE INFORMACIÓN E INSPIRACIÓN VOL. 10, NO. 3 OTOÑO 2022

EN ESTA EDICIÓN


Receta, p.3

Devocionario, p.5


Sudoku, p.6

Elegir a Dios Antes Que a las Pandillas

por Kate Campbell

Una mañana de febrero de 1997, José, que entonces tenía 16 años, y su hermano Daniel (nombre ficticio para preservar su privacidad), de 18 años, entraron en un hotel de Dallas para cerrar un trato de drogas. Pero los chicos decidieron que querían más. José y Daniel se marcharon con $12,500 y dejaron atrás a dos víctimas con heridas de bala. Una de las víctimas no sobrevivió. La policía detuvo a los hermanos. José, todavía menor de edad, fue condenado a una pena de prisión para adultos. Daniel fue condenado a cadena perpetua.

Foto cortesía de Chad Prince

José (a la derecha) comparte un momento especial con Caleb, un hombre que ayudó en su viaje espiritual y que asistió a la Prison Fellowship Academy con él.

Los padres de José tuvieron que lidiar con la lucha de tener dos hijos tras las rejas. José, siendo un niño, y rodeado de presos adultos, recuerda estar "muy, muy asustado". Había oído historias sobre lo que podría pasarle. Al principio, encontró consuelo en Dios, pero cuando entró con la población general, sus amigos lo desanimaron.

"[Me] dijeron que no iba a salir adelante en la cárcel", dice José. "Me dijeron que tenía que dejar [mi Biblia] y hacerme un nombre".

José escuchó sus consejos. Con el tiempo, José y Daniel, que fueron enviados a la misma unidad, conectaron con una pandilla. Eso les dio una sensación de seguridad y pertenencia, pero también los mantuvo rodeados de violencia.

Una familia dividida

Un fin de semana, se programó un evento de la pastoral penitenciaria Kairos. José le dijo a Daniel que debía ir. Al menos, la comida sería buena, razonó José. Pero Daniel no quería ir.

"Si hubiera un Dios en este mundo, ¿nos tendría a mí y a mi hermano pequeño cumpliendo condena juntos?" preguntó Daniel.

José respondió: "Bueno, Dios no tomó esta decisión por nosotros. Nosotros tomamos esta decisión".

Daniel sorprendió a José acudiendo al fin de semana de Kairos, y le encantó. Daniel escuchó un mensaje sobre la misericordia de Dios, y esas palabras empezaron a cambiarle. Comenzó a distanciarse de la pandilla,

Continúa en la página 2

5 Pasos Para Encontrar a los Amigos Adecuados

por Dillon Shaw

Mientras cumplimos condena, necesitamos compañeros de confianza, buenas influencias y personas que saquen lo mejor de nosotros. Aquí tienes algunos consejos para encontrar -y mantener- buenos amigos.

1. Revisa tus motivos.

Antes de buscar amigos, mira primero tus propios deseos y comportamientos. Pregúntate por qué tomaste las decisiones que te llevaron a la cárcel. ¿Me juntaba con la gente equivocada porque me sentía inútil o necesitaba su aprobación? ¿Elegí un determinado grupo porque tenía las drogas o el alcohol que me ofrecían una sensación de escape o de satisfacción? Descubrir por qué nos sentimos atraídos por determinadas personas es un paso esencial para encontrar amistades sanas. Cuando estuve en prisión por primera vez, intenté saltarme este paso y acabé sintiéndome atraído por el grupo equivocado. Tenemos que asegurarnos de que la razón por la que queremos rodearnos de ciertas personas es para desarrollar conexiones que sean buenas y sanas para todos, no para conseguir simplemente lo que queremos o para encontrar nuestra autoestima en las opiniones de los demás sobre nosotros.

foto courtesía de Prison Fellowship

2. Considera lo que puedes ofrecer y lo que otros pueden ofrecerte.

Hay un viejo dicho: "Para tener amigos, hay que mostrarse amable". Proverbios 18:24 lo expresa de esta manera: "Hay "amigos" que se destruyen mutuamente, pero el verdadero amigo se mantiene más cerca que un hermano". Debes hacer todo lo posible para ser un buen amigo de las personas con las que te relacionas. Y, al mismo tiempo, debes asegurarte de que los demás te tratan bien. Si miras hacia atrás en tu vida hasta llegar a la cárcel, ¿las personas a las que

Continúa en la página 4

PIDE TU BIBLIA
GRATIS

¡Recibe una Biblia NTV Renacer de Inside Journal de forma gratuita!

NUEVA: UNA GUÍA DE ESTUDIO!

ESCRIBE A:

Tyndale House Publishers
Attn: Inside Journal Bible
351 Executive Drive
Carol Stream, IL 60188

Incluye esta información para asegurarte de que se pueda entregar tu Biblia y/o Guía:

- ✓ **Tu nombre completo y número de identificación como prisionero.**
- ✓ **El nombre de tu institución.**
- ✓ **La direccón de tu institución para la entrega de paquetes.**
- ✓ **Si deseas una Biblia, Guía, o ambas, y tambien si prefieres en inglés o en español.***

**Límite de un pedido por persona. Los pedidos pueden tardar varias semanas en procesarse y enviarse.*

Cartas al Editor

Ekely: Getty Images

Joel en Texas

Estoy en prisión pagando una condena de 60 años. Quiero pedirles pedirles que por favor me envíen el periodico de Inside Journal. Y también, algún otro material que me ayude a afirmar mi fe en Cristo Jesús. Yo creo en Él pero necesito aprender mas, para aumentar mi fe. Soy mexicano. No hablo ingles, solo español.

Querido Joel:

Sigue buscando a Jesús. Trata de no dejar que tu situación te desanime. Dios es más grande y más poderoso que cualquier sentencia de prisión. También puedes informarle a tu capellán que hay otros recursos masivos gratuitos disponibles en español en nuestro almacén de capellanes en chaplains.prisonfellowship.org.

Rosio en Nevada

Te escribo porque realmente quiero aprovechar este tiempo que estoy encarcelada en la prisión. Quiero entrar en un curso de estudio bíblico. Si por favor puedes orientarme con alguna información, te lo agradecería. También me gustaría que me inscribieras para recibir más correspondencia. Por favor, te agradezco cualquier cosa que puedas recomendar a una joven creyente en Cristo que está sedienta de la verdad.

Querida Rosio:

Tienes una gran actitud de buscar materiales que te ayuden a crecer en tu fe.

Inside Journal se publica trimestralmente, en marzo, junio, septiembre y diciembre, así que, durante esos meses, debes estar atenta a la última edición. Para obtener información sobre los cursos, consulta la barra lateral del Evangelio en la página 3 o el anuncio de la Misión en las Prisiones en la página 4. ¡Estaremos orando por ti!

Atentamente,
El equipo editorial ■

Elegir a Dios
Viene de la pág. 1

y finalmente encontró la manera de dejarla por completo. Daniel animó a su hermano pequeño a unirse a él en su vida de fe, al igual que una vez se había unido a él en su vida de crimen. Pero José no estaba preparado. "Tú haz tu vida y yo hago la mía", le dijo José a Daniel.

Durante una década, Daniel siguió orando por su hermano. Cuando Daniel fue enviado a otra unidad, le envió cartas a José. Siguió hablando del amor de Dios hasta que finalmente, "[cuando] escuchaba la palabra de Dios, lloraba", recuerda José.

José empezó a hablar de Jesús con los demás, pero nadie le tomó en serio. Finalmente, un compañero de prisión señaló que hasta que José no dejara la pandilla, nadie creería que estaba siguiendo a Jesús en serio. Así que José decidió decirle a la pandilla que se retiraba para seguir a Jesús plenamente.

Dejar la pandilla fue una decisión dolorosa. "Sentí como si me cortara el brazo derecho. Éramos una familia", dice José. "Cuando mi familia [biológica] no estaba, ellos estaban ahí para mí". Pero una conversación con Dios cambió su corazón.

"Le dije a Dios: 'Dios, no entiendes cómo duele esto, cuánto los amaba'", recuerda José. "Él me habló y me dijo: "¿Pensabas que eso era amor? Te voy a enseñar lo que es el amor".

Una familia reunida

José fue a la Unidad Carol S. Vance para unirse a la Prison Fellowship Academy®, un programa intensivo de larga duración en la cárcel. La Academia ayuda a los participantes a sustituir el pensamiento y los comportamientos delictivos por un nuevo propósito. En la Academia, José encontró una nueva comunidad de apoyo basada en valores de integridad y restauración.

"Doy gracias a Dios por haber puesto a personas a mi alrededor que me han ayudado a tratar de mejorar mi forma de ser, a cambiar mi vocabulario, a tratar de ver las cosas de otra manera, a aplicar habilidades en la vida, no solo para mí, sino para otras personas, para mi familia, porque quiero que vean algo diferente", dice José.

José no solo experimentó una transformación personal y comunitaria, sino que también pudo reunirse con Daniel. José pasó los últimos tres años de su condena compartiendo celda con su hermano.

Cuando José salió en libertad condicional, consiguió un trabajo, se reunió con su familia y se involucró en una iglesia. "Quería saber si me iban a aceptar", dice José de su familia de la iglesia. "Me acogieron como si hubiera ido a la iglesia allí desde que era un niño. Doy gracias a Dios por ello".

Hoy, el amor de Dios motiva a José a amar a los demás. Ahora espera ser un modelo para los jóvenes y tener su propia familia. José dice: "[Los jóvenes] necesitan a alguien... que les haga saber que realmente hay gente que se preocupa por ellos". ■

Comprueba Tu Visión

por A.R. Quinn

MarioGuti/Getty Images

Aquí tienes una pregunta: ¿Te cuesta leer las palabras de esta página? Si te cuesta distinguir entre una C y una G, es posible que debas hacerte un examen de la vista.

Muchas personas notan cambios en su visión de cerca, la visión que se utiliza para leer o mirar una tableta, alrededor de los 40 años. (Este aspecto no tan divertido del envejecimiento se denomina presbicia). Tiende a empeorar en los años siguientes, por lo que la mayoría de los adultos mayores recurren a las gafas de lectura.

En las últimas décadas, los problemas de visión relacionados con la edad se han vuelto más comunes entre rejas. Entre 1996 y 2016, el número de personas encarceladas de 55 años o más aumentó un 280%. La necesidad de atención visual también ha aumentado.

Incluso la pérdida gradual de visión puede reducir la calidad de tu vida. Puede que te resulte difícil leer las etiquetas de los alimentos, estudiar para una clase o disfrutar de una carta de un ser querido. La mala visión también puede hacer que te sientas aislado, deprimido, avergonzado o enfadado. Los problemas de visión son aún más frustrantes si te cuesta programar un examen ocular, encontrar libros con letra grande o conseguir que te prescriban las gafas.

Una visión de la vida

No es solo la vista física lo que influye en la calidad de vida. Cada uno de nosotros tiene también una visión de sí mismo y de su lugar en el mundo, y esa visión afecta a todo lo demás. Pero al igual que nuestra visión de cerca empeora con la edad, nuestra visión de nosotros mismos también se distorsiona fácilmente.

La visión que cada uno tiene de sí mismo está formada por las experiencias e influencias que recoge a lo largo de su vida. Si has sufrido repetidos rechazos, puede que te veas a ti mismo como indigno del amor. Si te han llamado delincuente y vago, puede que te veas incapaz de conseguir grandes cosas.

Cuando mentiras como éstas nublan tu visión, las consecuencias son devastadoras. Jesús explicó una vez a sus seguidores: "Tu ojo es como una lámpara que ilumina tu cuerpo. Cuando tu ojo está sano, todo tu cuerpo está lleno de luz. Pero cuando tu ojo no está sano, todo tu cuerpo está lleno de oscuridad. Y si la luz que crees tener es en realidad oscuridad, ¡qué profunda es esa oscuridad!" (Mateo 6:23, NTV)

Una receta para la claridad

¿Cuándo fue la última vez que revisaste tu visión de la vida? Si ha pasado un tiempo o si nunca te has parado a pensar en ello, ahora puede ser un buen momento.

Aquí tienes algunas preguntas para hacerte una revisión de tu visión espiritual:

- ¿Me cuesta ver el propósito y el valor de mi vida?
- ¿Me cuesta distinguir entre las opciones que me perjudican y las que me ayudan?
- ¿Hago oídos sordos a los hechos o a los consejos que contradicen mis puntos de vista?
- ¿Siempre me centro en los obstáculos y contratiempos en lugar de encontrar esperanza para el futuro?

Si has respondido afirmativamente a una o varias de estas preguntas, puede que necesites una nueva lente que te ayude a ver la vida con más claridad.

Una nueva óptica de la vida

Pero hay buenas noticias: aunque tu visión parezca nublada en este momento, no tiene por qué seguir así. Dios ofrece una receta para que tengas una claridad 20/20.

Jesús dijo una vez a una multitud: "Yo soy la luz del mundo. Si me seguís, no tendréis que caminar en la oscuridad, porque tendréis la luz que lleva a la vida". (Juan 8:12, NTV)

Cuando abres tu corazón a una relación con Dios a través de Jesús, la luz llegará a tu vida. Cuanto más te vuelvas hacia Su luz, mejor verás. Puedes dejar de lado las mentiras que nublan tu visión, y puedes empezar a ver tu vida a través de la claridad cristalina de verdades como estas:

- Dios te creó a su imagen y semejanza. (Génesis 1:27)
- Dios quiere que tu vida esté llena de significado y propósito. (Efesios 1:11)
- Dios te ama tanto que es difícil de imaginar. (Efesios 3:18-19)
- Cuando te apoyas en la sabiduría de Dios, Él te ayuda a tomar decisiones que te llevan a la vida. (Proverbios 3:5-6)

Si eso te parece atractivo, echa un vistazo a la barra lateral de esta página, donde puedes aprender más sobre cómo restaurar tu visión espiritual. ■

RECETA PARA LECTORES

No todos los ingredientes estarán disponibles en todas las instalaciones. Asegúrate de cumplir con las normas y reglamentos de tu centro cuando cocines.

Pollo Pad Thai

Enviado por John en Florida

nata_vkusidey: Getty Images

INGREDIENTES:

- 1 paquete de fideos ramen
- 2 cucharadas colmadas de mantequilla de maní
- 1 bolsa de palomitas de cheddar
- 1 trozo de pollo del comedor, desmenuzado
- (Opcional: salsa de soja, maní, verduras picadas)

DIRECCIONES:

Cocer los fideos ramen según las instrucciones del paquete. Escurre el agua. Mezclar la mantequilla de maní, las palomitas de maíz y el pollo. Añade un chorrito de agua muy caliente. Revuélvelo todo (incluyendo los elementos opcionales). Calienta en el microondas durante un minuto y 30 segundos y ¡disfruta! ■

¿ES TU VISIÓN BORROSA?

¿Sientes que tu vida es un desastre? ¿Tu autoestima no es tan bueno? Fuiste hecho por el perfecto y poderoso Creador de todo el universo. Fuiste creado a su imagen y semejanza. Y Él tiene un propósito para tu vida.

Efesios 2:10 dice: "Porque somos la obra maestra de Dios. Nos ha creado de nuevo en Cristo Jesús, para que podamos hacer las cosas buenas que planeó para nosotros hace tiempo." (Por otro lado, ten cuidado de no pensar demasiado en ti mismo. Has sido creado a imagen y semejanza de Dios, pero ten claro que no eres Dios. Como se dice en Romanos 12:3, "No os creáis mejores de lo que realmente sois. Sed honestos en vuestra evaluación de vosotros mismos, midiéndoos por la fe que Dios nos ha dado").

Ve tu valor claramente viéndote como Dios te ve. Dios te tiene en gran estima. Puede que no siempre lo sientas así, especialmente cuando tu vida no va bien. Pero una de las mejores señales de que Dios piensa en ti es que envió a su único Hijo Jesús para que muriera como pago por tus pecados, para que tengas vida eterna si crees en Él.

Si quieres renovar tu enfoque, pídele a Dios que entre en tu corazón y acepta su regalo gratuito de la salvación eterna.

¿No estás seguro de por dónde empezar? Comienza con esta sencilla oración:

"Querido Jesús, por favor ayúdame a ver más claramente. Te entrego mi vida. Quiero verme como Tú me ves. Amén".

Para aprender más sobre Jesús o para inscribirte en un estudio bíblico gratuito por correspondencia a través de una de nuestras organizaciones asociadas de confianza, escríbenos a "CLEAR VISION", c/o Inside Journal, P.O. Box 1790, Ashburn, VA 20146-1790. Para obtener una Biblia gratuita o una guía de estudio/libro de trabajo que te acompañe, ve nuestro anuncio en la página 2.

FLOODLIGHT: Un Programa de Video de Esperanza e Inspiración

Este último año ha sido difícil para todos y en el aislamiento de una pandemia es fácil sentirse olvidado. Pero aún en medio del COVID-19 que provocó que muchas instalaciones cerraran sus puertas a voluntarios y programas, Dios seguía encontrando un camino para dar aliento y esperanza. Así es como nació Floodlight® en la Confraternidad Carcelaria.

Floodlight es un servicio gratuito de video creado especialmente para hombres y mujeres que se encuentran en la cárcel y en la actualidad es usado en prácticamente todos los estados. Proporciona videos mediante asociaciones con proveedores de contenido y producciones originales creadas por la Confraternidad Carcelaria. Todos los meses los espectadores de Floodlight tienen acceso a historias inspiradoras de ciudadanos que vuelven, palabras de aliento de creyentes en el exterior, ficción y música, aprendizaje y práctica de dotes de liderazgo con la escuela Global Leadership Summit o reuniones de Eventos de Esperanza virtuales. Los espectadores también podrán encontrar estudios bíblicos prácticos para alentarlos.

Los programas se encuentran disponibles en inglés y español. A continuación presentamos una guía de programa para este otoño*:

"Estamos usando el programa Floodlight con mucho éxito. Puedo decirles que ustedes están cambiando vidas y haciendo un gran impacto con este programa. Ahora pueden alcanzar a los 2,000 [prisioneros] en sus celdas. Eso es increíblemente poderoso."
—Capellán de prisión, Midwest

**El contenido puede variar. Para aprender más, pídele a tu capellán que escriba a floodlight@pfm.org.*

SEPTIEMBRE

Un Nuevo Día 1
Documental original • Confraternidad Carcelaria
Sigue los pasos, problemas y éxitos de los graduados de la Academia de la Confraternidad Carcelaria tras ser liberados.

Corazón antes que cabeza con Craig Groeschel
Liderazgo • Global Leadership Summit
Explora el poder de las emociones en el liderazgo.

Yo no estoy bien, pero Jesús sí, con Louie Giglio
Enseñanzas de la biblia • Passion City Church, Louie Giglio
Encuentra aliento en medio de una verdadera depresión (serie de seis capítulos).

No tiene por qué ser así con Lisa TerKeurst
Recuperación • Proverbios 31 Ministerios
Aprende más sobre la rehabilitación de adicciones (serie de cuatro capítulos).

OCTUBRE

Oración de serenidad
Enseñanzas de la biblia • The Skit Guys
Diviértete con Tommy Woodard y Eddie James. Nos enseñan la palabra de Dios mediante figuras de comedia, drama y acción.

Pasar de rendirse a darlo todo
Historia personal • Confraternidad Carcelaria
Escucha una historia de segundas oportunidades sobre adicciones y recuperación.

La biblia para mayores con Andy Stanley
Enseñanzas de la biblia • North Point Ministries
Descubre un nuevo enfoque sobre la biblia (serie de 4 capítulos).

Amigos Adecuados
Viene de la pág. 1

llamabas amigos te trataban como lo haría un verdadero amigo? ¿Tratabas tú a los demás como un verdadero amigo? Haz una lista de las cualidades necesarias para un buen amigo o una buena amistad y vive esas cualidades.

3. Presta atención a los hábitos de tus amigos.

Tal vez te hayas dado cuenta de que la persona más ruidosa, arrogante o dura no es probablemente el amigo más sano. Las personas que tienen malos hábitos como mentir, drogarse o menospreciar a los demás no van a ser una buena influencia para ti. Un amigo sano suele tener hábitos saludables, como rutinas de sueño regulares, ejercicio constante y patrones de interacción prosociales (afectuosos y cooperativos). Pregúntate si esta persona tiene una buena relación con el personal y los custodios, así como con otros presos. ¿Ayuda esta persona a los demás, ya sea sujetando una puerta, ayudando a alguien con los deberes del programa GED o ayudando a alguien a trasladar sus pertenencias cuando llega a una nueva unidad? Este es el tipo de hábitos que debes tener en cuenta a la hora de elegir amigos.

4. Toma la iniciativa de iniciar conversaciones.

Después de identificar a un posible amigo que parezca honesto, coherente, resuelto y sano, preséntate a él en una de las zonas comunes. Inicia una conversación y muéstrate confiado y cómodo. Dile que parece que realmente tiene su vida organizada. Lo más probable es que aprecie tu comentario y que sea el tipo de persona que está abierta a ayudar a otros a caminar en la dirección correcta. Si no hay un paso claro con esta persona al final de la conversación, pregúntale si estaría dispuesto a ayudarte a entender cómo puedes cambiar y crecer como ellos lo han hecho. Mantente humilde y dispuesto a aprender, escuchando más y hablando menos.

5. Da prioridad a las relaciones sanas.

Las investigaciones sugieren que la persona media solo puede mantener unas 15 amistades de calidad. Puede que conozcas a cientos de personas por su cara o su nombre, e incluso puede que sepas algunos detalles sobre ellas, pero las amistades de calidad requieren que utilices tus limitados recursos: tiempo y energía emocional. Si inviertes tu tiempo y energía en las relaciones más sanas porque las has convertido en una prioridad, no perderás tiempo ni energía en relaciones que podrían acabar influyendo en ti en la dirección equivocada.

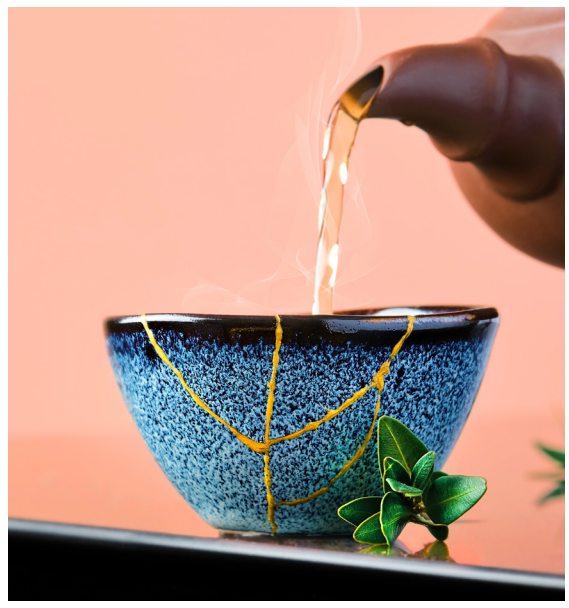
Con quién compartes tu tiempo afecta lo bien que sirves tu condena. Sé un buen amigo para los demás, y luego encuentra a otros que sean buenos amigos para ti. Evita las amistades tóxicas y busca amistades sanas. Suena bastante simple, pero por supuesto, estar encarcelado puede ser complicado. Sigue trabajando en ello. Y si vas a ser liberado pronto, estos mismos consejos se aplicarán para encontrar amistades en el exterior. ■

DEVOCIONARIO DIARIO DESPRENDIBLE

Rompe este devocionario diario y comienza cada mañana y/o termina cada noche diciéndolo y orando sobre él. Te sorprenderás de cómo un hábito espiritual saludable como éste puede dar ánimo y enfoque a cada día.

Solo Dios

por S.L. Ray



ed chechine: Getty Images

El kintsugi, que significa "reparación dorada", es una forma de arte japonés. Se rumorea que comenzó cuando un gobernante militar del siglo XV envió un cuenco de té roto para que lo repararan, y regresó unido con feas grapas de metal. Este hombre pidió entonces a los artistas que encontraran una forma de embellecer la rotura. La solución: utilizar una resina especial mezclada con oro, plata o platino, que resaltara el daño en lugar de ocultarlo. Esta forma de arte kintsugi celebra la rotura, haciendo que el objeto sea más raro, precioso y valioso.

Como pecadores imperfectos, cuando nuestras vidas están rotas, tratamos de arreglar las cosas nosotros mismos. Y a menudo acabamos con las feas grapas de metal o incluso con un puñado de piezas inútiles destrozadas. Pero Dios utiliza su gracia para reparar nuestras grietas y convertirnos en una pieza de arte útil, más bella y única que antes.

La Biblia dice en Génesis 50:20, al hablar de las malas influencias de este mundo: "Tú quisiste hacerme daño, pero Dios lo quiso todo para bien". Y Romanos 8:28 continúa diciendo: "Sabemos que Dios hace que todo funcione para el bien de los que aman a Dios y son llamados según su propósito para ellos".

SOLO DIOS.

Luchamos contra el dolor y la oscuridad. Pero Dios nos lleva a un lugar de sanación y luz. Vemos nuestros pedazos rotos como si no tuvieran valor. Pero Dios los une en una obra de arte kintsugi, más útil y valiosa que nunca.

Un hombre encarcelado llamado Christopher experimentó este kintsugi en su propia vida:
"Lo he perdido todo. Mi familia no quiere saber nada de mí por el lugar donde estoy y por lo que he hecho. Mi mujer se fue, llevándose todo, incluyendo nuestros dos hijos. He perdido todas mis posesiones personales. He pasado 20 horas al día en una celda sin hacer nada más que dormir o leer. He tocado fondo".

SOLO DIOS.

"Sí, echo mucho de menos a mis hijos. Pero Dios está usando mi situación para hacerme parte de la suya. La cárcel es lo mejor que me ha podido pasar".

SOLO DIOS.

"Me doy cuenta de que Dios me ama lo suficiente como para ponerme aquí, para ponerme en el camino correcto, y para pasar un buen tiempo de calidad conmigo. Este tiempo es duro. Pero Dios se encarga de esto".

Piensa en tu día. Piensa en las cosas que parecen rotas. Imagina tu vida como el cuenco roto e imagina a Dios vertiendo su oro líquido en las grietas. Luego, ofrécele esta oración:

> **"Señor, toma mi mal y conviértelo en bien. Mis planes pueden fallar, pero tus planes pueden liberarme. Hoy te ofrezco todas mis piezas rotas. Repáralas con Tu precioso oro, convirtiéndome en una rara y valiosa obra de arte. Luego muéstrame cómo puedo usar esta nueva obra de arte para reflejar Tu belleza en los demás. Amén".**

PRESENTANDO A NUESTRO FUNDADOR:

Charles "Chuck" Colson fue un abogado y asesor político estadounidense que ejerció como consejero especial del presidente Richard Nixon entre 1969 y 1970. Chuck, que se había hecho cristiano poco antes de que estallara el escándalo Watergate, se declaró voluntariamente culpable en 1974 de obstrucción a la justicia. Cumplió siete meses en la prisión Maxwell de Alabama. Fue el primer miembro de la administración Nixon en ser encarcelado por cargos relacionados con el Watergate. En su exitoso libro de memorias, Born Again, Chuck escribió: "Me sentí cada vez más atraído por la idea de que Dios me había puesto en prisión con un propósito y que debía hacer algo por los que había dejado atrás".

Colson salió de la cárcel con una nueva misión: movilizar a la iglesia cristiana para que atienda a los presos. En 1976, fundó Prison Fellowship, que es ahora la mayor organización cristiana sin ánimo de lucro del país al servicio de los presos, ex-presos y sus familias, y es una de las principales defensoras de la reforma de la justicia penal. Chuck falleció en 2012 a la edad de 80 años, pero su ministerio sigue creciendo, con programas de Prison Fellowship en los 50 estados y programas de Prison Fellowship International en más de 113 países. ■

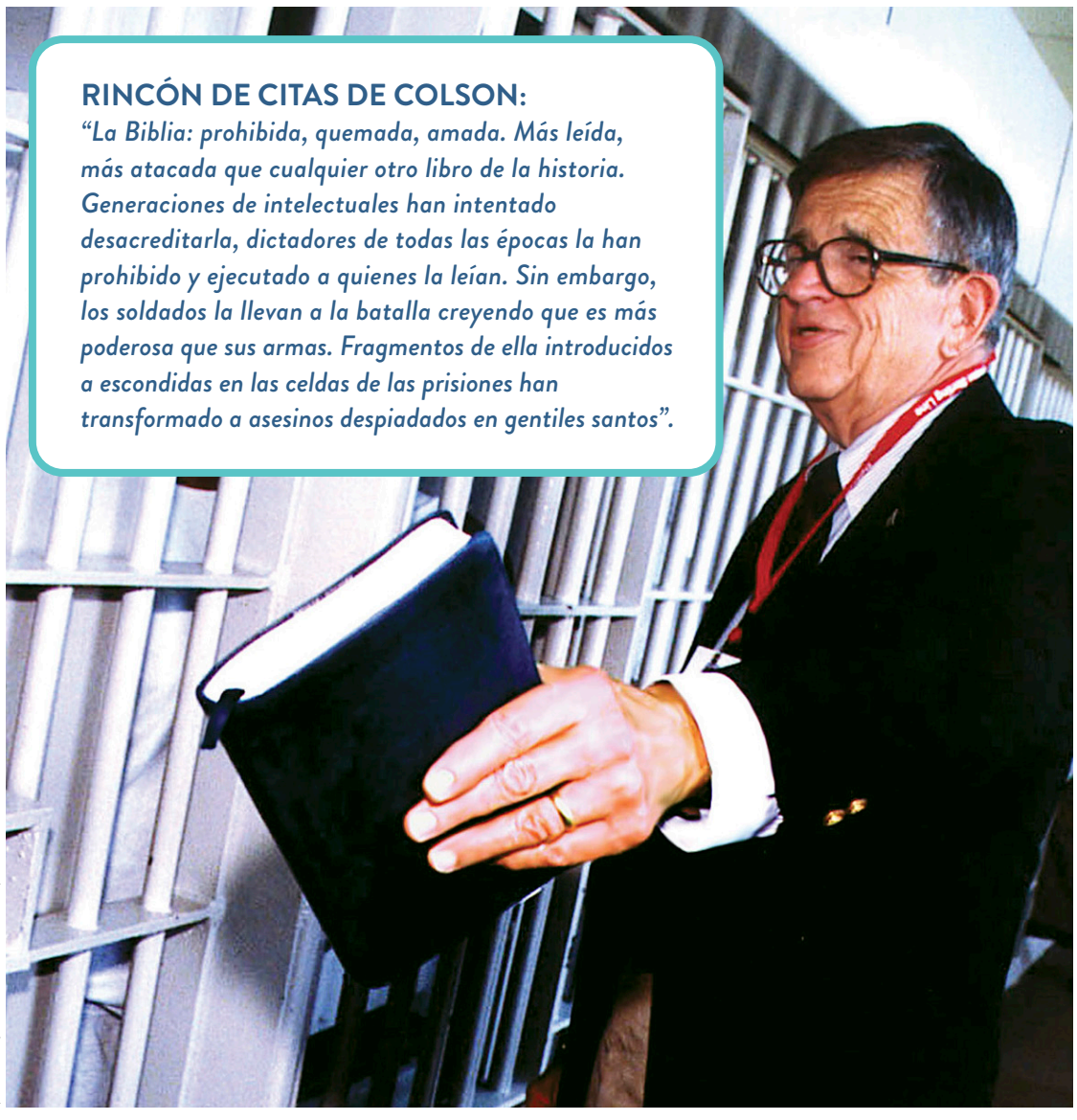


photo by Prison Fellowship

RINCÓN DE CITAS DE COLSON:
"La Biblia: prohibida, quemada, amada. Más leída, más atacada que cualquier otro libro de la historia. Generaciones de intelectuales han intentado desacreditarla, dictadores de todas las épocas la han prohibido y ejecutado a quienes la leían. Sin embargo, los soldados la llevan a la batalla creyendo que es más poderosa que sus armas. Fragmentos de ella introducidos a escondidas en las celdas de las prisiones han transformado a asesinos despiadados en gentiles santos".

RETO POÉTICO

por S.L. Ray

No hace falta ser un gran escritor para escribir algo grande. A menudo, todo lo que se necesita es un lápiz y un tiempo a solas con tus sentimientos. Claro que ser creativo ayuda. También lo es leer las obras de otros autores y practicar tu propia escritura. Pero no hace falta ser bueno en gramática ni tener un título de escritor para decir algo impactante. Y una forma de empezar tu viaje como escritor es a través de los poemas. La poesía puede ser muy empoderadora y sanadora. Inténtalo y compruébalo tú mismo.

Aquí tienes siete consejos para escribir poesía:

1. *Escribe para ti y no para los demás.*

Un poema no necesita ser compartido con otros o enviado a Inside Journal; puede ser poderoso y sanador simplemente verter tus palabras en el papel, tanto si las rompes y no las vuelves a leer como si las editas y relees más tarde.

2. *Anota cada pensamiento.*

Acostúmbrate a escribir en la corriente de la conciencia: Escribe todo lo que te venga a la cabeza. Pensamientos extraños, palabras al azar, frustraciones sobre tu día, sueños sobre tu futuro... escríbelo todo. Piensa en esto menos como un diario sobre tu día y más como un lugar sin reglas para verter cualquier cosa que se te ocurra, tenga o no sentido. "Volcar todos tus pensamientos puede ayudar a que tu creatividad fluya.

3. *Determina el estado de ánimo.*

En la poesía, suele haber una actitud o sentimiento central; por ejemplo: alegre, romántico, divertido, sombrío, reflexivo o esperanzador. Elige las palabras en función de la emoción que quieras que sienta el lector al leer tu poema.

4. *Utiliza las imágenes.*

La clave aquí es "mostrar, no contar". Comparte una historia o explica un sentimiento, pero de una forma que utilice muchas descripciones (en las que el lector pueda casi ver, tocar o sentir lo que el escritor está diciendo). Esta frase es un ejemplo de relato: "La vida entre rejas puede ser muy dura a veces". Pero esta frase comparte la misma idea utilizando imágenes: "El dolor de la tristeza estalla, extendiéndose desde el interior de mi piel hasta las esquinas exteriores de mi celda".

5. *Encuentra un buen ritmo.*

Esto no significa que tengas que rimar. Ciertamente puedes, pero algunos de los poemas más potentes no lo hacen. Solo significa que un poema fuerte debe tener algún tipo de ritmo (a veces llamado cadencia), casi como una canción. Eso es lo que diferencia a un poema de cualquier otro escrito. Intenta leer tu poema en voz alta para sentir el ritmo. De nuevo, la rima no es importante, pero debe tener algún tipo de flujo.

Rabia Kupeli/Getty Images

6. *Considera la posibilidad de utilizar un recurso sonoro.*

Algunos recursos sonoros habituales en la poesía son la repetición (repetir las mismas palabras o frases para darles énfasis), la aliteración (utilizar los mismos sonidos consonánticos al principio de las palabras, como en "susurrar palabras de sabiduría", o incluso como en "pescar teléfonos"), la asonancia (sonidos vocálicos similares, como en "gemido bajo rugido"), la onomatopeya (palabras que representan sus sonidos, como en "zumbido, torbellino, silbido, golpe").

7. *Elige la longitud de las líneas.*

A diferencia de otros estilos de escritura, los poemas utilizan líneas (a veces llamadas versos) y estrofas (grupos de líneas/versos). Como escritor, tú decides la longitud de cada verso en función de aspectos como las sílabas, el número de palabras, los ritmos o patrones de rima, etc. También puedes decidir si cada verso debe tener la misma longitud o no, en función de la sensación que quieras conseguir.

Encontrarás los poemas en la página siguiente.

ACTIVIDAD: Sudoku

El otoño es la época de la vuelta al colegio. Pero no hace falta volver a la escuela ni ser joven para mantener la mente despierta. Una forma estupenda de estimular tu cerebro es el Sudoku. Para completar esta actividad de rompecabezas, se introducen los números en cuadrados de manera que cada número aparezca solo una vez en cada línea horizontal, línea vertical y cuadrado. Los estudios demuestran que el Sudoku mejora la función de la memoria, disminuye las posibilidades de padecer Alzheimer y refuerza tus habilidades lógicas y matemáticas. Y se puede aprender el Sudoku casi a cualquier edad. Si no te gustan los números, prueba el "SUDOKU de la imagen" que aparece a continuación, o envíalo por correo a tus hijos (o haz el tuyo propio con los dibujos/iconos que creas que les gustarán a tus hijos). Ve las respuestas en la página 8.

Sudoku Regular

FÁCIL

2		5			9			4
						3		7
7			8	5	6		1	
4	5		7					
		9				1		
					2		8	5
	2		4	1	8			6
6		8						
1			2			7		8

MEDIO

		6		9		2		
			7		2			
	9		5		8		7	
9				3				6
7	5						1	9
1				4				5
	1		3		9		8	
			2		1			
		9		8		1		

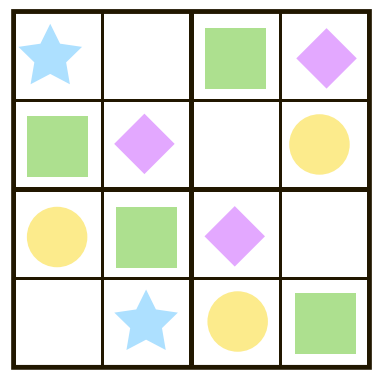
DIFÍCIL

			8					
7	8	9		1				6
					6	1		
		7					5	
5		8	7		9	3		4
	4					2		
		3	2					
8				7		4	3	9
					1			

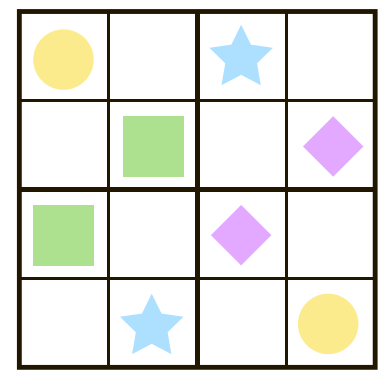
Marek Trawczynski/Getty Images

Sudoku de la Imagen

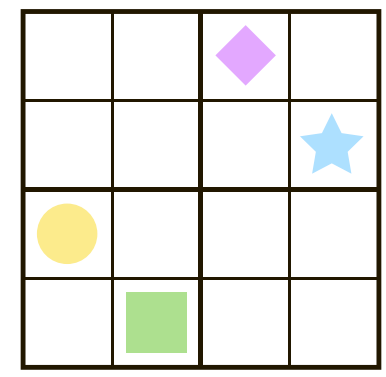
FÁCIL



MEDIO



DIFÍCIL



Irina Kuznetsova/Getty Images

FAVORITOS DEL PERSONAL:

Estos son algunos de los poemas favoritos de nuestros editores.

"La esperanza" es la cosa con plumas

por Emily Dickinson (1830–1886)

La "esperanza" es esa cosa con plumas
que se posa en el alma,
y entona melodías sin palabras,
y no se detiene para nada,
y suena más dulce en el vendaval;
y feroz tendrá que ser la tormenta
que pueda abatir al pajarillo
que a tantos ha dado abrigo.
La he escuchado en la tierra más fría
y en el mar más extraño;
más nunca en la inclemencia
de mí ha pedido una sola migaja.

Cómo llegar

por Michael Leunig (1945–)

Ve al final del camino hasta llegar a la puerta.
Atraviesa la verja y dirígete directamente hacia el horizonte.
Sigue hacia el horizonte.
Siéntate y descansa de vez en cuando,
pero sigue adelante, sigue así.
Sigue avanzando todo lo que puedas.
Así es como se llega.

Caminante, no hay camino

por Antonio Machado (1875–1939)

Caminante, son tus huellas
el camino y nada más;
Caminante, no hay camino,
se hace camino al andar.
Al andar se hace el camino,
y al volver la vista atrás
se ve la senda que nunca
se ha de volver a pisar.
Caminante, no hay camino
sino estelas en la mar.

Himno a Dios Padre

por John Donne (1572–1631)

¿Perdonarás ese pecado en el que empecé
que fue mi pecado, aunque lo haya hecho antes?
¿Perdonarás ese pecado, por el que corro,
y sigo corriendo, aunque aún lo deploro?
Cuando has hecho, no has terminado,
Porque tengo más.

¿Perdonarás el pecado que he ganado
a otros a pecar, y he hecho de mi pecado su puerta?
¿Perdonarás el pecado que he evitado
un año o dos, pero me revolqué en él, una veintena?
Cuando has hecho, no has hecho,
Porque tengo más.

Tengo un pecado de miedo, que cuando haya hilado
Mi último hilo, pereceré en la orilla;
Pero jura por ti, que a mi muerte tu Hijo
brillará como brilla ahora y antes;
Y, habiendo hecho eso, has hecho;
No temo más.

Riesgo

por Anais Nin (1903–1977)

Y entonces llegó el día
en que el riesgo
de permanecer apretado
en un capullo
era más doloroso
que el riesgo
que se corría
para florecer.

SUGERENCIAS DE LOS LECTORES:

Estos son algunos de nuestros poemas favoritos enviados por ustedes, nuestros lectores.

Tu Perdón

por Code en Florida

En esta vida mis elecciones y decisiones no han sido siempre muy sabias,
Y en realidad mis acciones tampoco.
Pero agradezco estar bajo tu cuidado
Porque ser castigado de esta manera es lo mas justo.
Sin embargo, cada día soy tan bendecido
¡Por tu amor y tu dulce perdón!
Al pensar en tu poder, enciendes mi alma.
Sonrío y siento verdadera paz.
Ansío el momento de dejar este cuerpo, cuando mi alma sea liberada.
¡Gracias, Dios! Aunque mis palabras no puedan describir bien lo que siento.
Sé que estas ahí, sé que me escuchas, sé que eres real.
Me fortaleces con ternura.
¡Y me amas con tu perdón!

ÉL VIENE A BUSCARME

por David en Florida

Herido e infeliz me escapé de casa para ir a vivir a la calle.
Dormía en casas abandonadas y vendía drogas ilegales para llegar a fin de mes.
Me junté con otros delincuentes juveniles que vivían de la misma manera.
Escapar y eludir a los agentes de la policía era lo más importante de nuestro día.
Mientras me escondía en la casa destartalada, una suave y cariñosa voz familiar me dijo: "Hijo, por favor, déjame entrar".
Sin embargo, la vergüenza bloqueó mi respuesta positiva, debido a la desobediencia y al pecado.
Incapaz de enfrentar la voz amorosa al otro lado de la puerta.
Me apresuré a subir las escaleras hasta una habitación oculta en el segundo piso.
Pensando que había tenido éxito en la evasión, y que no había manera de que me encontraran.
Sentado dentro de la habitación oculta oí pasos cercanos caminando.
Entonces la voz volvió a hablar y dijo: "Hijo no te escondas, he venido a llevarte a casa.
No hay lugar donde no te encuentre, no hay secreto desconocido.
Aunque tus sentimientos de dolor te hayan hecho huir.
Con el tiempo desarrollarás el valor para superar el mal día.
Así que deja de huir de tus miedos, hijo, porque hay gigantes que vencer".
Orgulloso, salí de la habitación oculta, feliz de que viniera a buscarme.

Hotel de Dios

por Mykeshia en Pennsylvania

Mientras estoy aquí despierta en este horrible lugar,
empiezo a preguntarme por qué he perdido la fe.
Algunos llaman a esto una prisión, incluso una cárcel,
Pero, para mí, este es el hotel de Dios
Donde Él me sacó del barrio,
Porque honestamente, no se veía bien.
Mientras me pregunto, aquí acostada despierta,
Estoy rezando por la luz del día, al menos por mi bien.
Pienso en mis errores, y confieso mis pecados,
Para que mi nuevo comienzo pueda finalmente comenzar.
Ya no estoy ciega y por fin veo,
que el hotel de Dios, era justo lo que necesitaba.
Para la mayoría, esto puede ser un castigo.
Para mí, es el comienzo de una gran oportunidad.
Donde puedo trabajar a través de todos mis problemas,
Tal vez entonces, comenzaré a resolverlos.
Mi alma llora, pensando que he perdido por el pecado,
Pero al final, esto fue realmente una victoria.
Porque Dios puede trabajar en mí aquí,
Así que una vez que sea libre, no tendré miedo.
Estaba tan segura de que no fallaría
Pero, aquí estoy, de vuelta en la cárcel
A mi nombre, ni siquiera un centavo.
Pero en realidad soy rica porque tengo tiempo.
Tiempo para avanzar y finalmente levantarme
Y trabajar a través de mi pasado, donde he estado atascada.
Tiempo para mirar bien,
Porque este es el principio, no el final de mi libro.
No importará lo que elija
Si al final voy a perder
Porque este era el plan de Dios para mí
Y no puedo escapar de mi destino
Puede que no entienda las razones detrás de él
Sin embargo, estoy escuchando y tratando de cumplirlo.
Puedo quejarme y llorar, tal vez incluso pensar que moriré,
pero al final sé que sobreviviré.
Porque Dios está aquí sosteniendo mi mano,
Mientras me lleva por este camino que ha planeado.

¡QUEREMOS SABER DE TI!

¿Tienes un poema que quieras compartir con nuestros lectores? ¿O incluso una buena receta con artículos del economato? Envía tus poemas, recetas u otras obras inspiradoras a SUBMISSIONS, c/o Inside Journal, P.O. Box 1790, Ashburn, VA 20146-1790. Por favor, escribe también "Doy permiso a Prison Fellowship para publicar mi envío" en algún lugar de su carta. NOTA: Los envíos pueden ser editados por contenido o espacio. No se imprimirán todos los envíos. Si son seleccionados, tus trabajos serán impresos con tu nombre solamente; no se incluirá ningún apellido o información personal.

NOTICIAS + NOTAS

por E.G. Andrews

Una prisión lanza una emisora de radio

Según la CBS de Denver, Colorado va a poner en marcha la primera emisora de radio de prisiones de todo el país dirigida íntegramente por personas encarceladas.

La Iniciativa Artística Penitenciaria de la Universidad de Denver ha coordinado el proyecto. Hombres y mujeres encarcelados en tres prisiones de Colorado están produciendo los programas de radio, que están disponibles para más de 14.000 oyentes tras las rejas en todo el estado.

"Hay tanta gente dentro que está en un viaje de cambio positivo, y ser capaz de jugar una pequeña parte en eso es realmente un honor", dijo Ryan Conarro, gerente general de Inside Wire y director del programa, a CBS Denver.

En el centro penitenciario de Limon, un hombre llamado Anthony se unió al equipo de productores encarcelados para hacer algo bueno con su tiempo entre rejas.

"Esta es una oportunidad para cambiar realmente los estigmas de lo que es la prisión", dijo Anthony. "Quiero vivir dignamente si tengo la oportunidad de volver a salir al mundo".

La Iniciativa Artística Penitenciaria de la Universidad de Denver espera aumentar sus producciones radiofónicas en más centros en un futuro próximo.

Nuevas disposiciones sobre las becas Pell

A partir del 1 de julio de 2023, todos los estudiantes encarcelados que estén inscritos en programas de educación penitenciaria elegibles volverán a tener derecho a las becas Pell. Estos cambios tienen el potencial de aumentar el acceso a la educación postsecundaria en las prisiones y dar una segunda oportunidad a muchos de los hombres y mujeres encarcelados de nuestra nación.

A través del experimento Pell de Segunda Oportunidad del Departamento de Educación, las nuevas disposiciones legales restablecerán la elegibilidad de las becas Pell para los estudiantes en un entorno penitenciario. Los programas de educación penitenciaria elegibles están aprobados para operar en un centro penitenciario, operan en el mejor interés de los estudiantes, ofrecen créditos transferibles y conducen a una licencia o certificación profesional.

Las investigaciones sobre la educación en las prisiones muestran que las personas que se matriculan en la educación postsecundaria tienen un 48% menos de probabilidades de volver a ser encarceladas y un 12% más de probabilidades de encontrar un empleo remunerado después de la liberación.

Contratación de segunda oportunidad

Timm Wroe tomó una decisión que le llevó a pasar 25 años en prisión. Tras las rejas, tomó otra decisión: continuar su educación y obtener un título en negocios mientras estaba encarcelado.

Tras su salida de la cárcel, Timm tuvo dificultades para encontrar trabajo y, cuando lo consiguió, su monitor de tobillo le dificultó ir y venir. Entonces encontró un puesto de trabajo desde casa en una empresa de marketing. Al ir a la entrevista, Timm estaba nervioso. Nunca había trabajado en una empresa y le preocupaba no tener las habilidades necesarias.

En un artículo del Chief Executive Group, Timm dice que investigó sobre el trabajo y la empresa. Cuando habló por teléfono con una reclutadora, fue honesto sobre sus antecedentes. Resultó que ella también tenía una larga condena en prisión. "Me ayudó a darme cuenta de que las habilidades que adquirí mientras estaba encarcelado eran más valiosas de lo que pensaba y me explicó lo que se trasladaría a mi nuevo puesto", dijo Timm.

Casi un tercio de los adultos en edad de trabajar en Estados Unidos tienen antecedentes penales. Se enfrentan a innumerables barreras y a un estigma negativo que dificulta la búsqueda de un empleo remunerado tras su puesta en libertad. Pero a medida que más empresas abren oportunidades a las personas afectadas por el encarcelamiento, más personas como Timm pueden demostrar que son mucho más que sus errores pasados. ■

FÓRMATE EN TORNO A LA PALABRA DE DIOS

Cursos Bíblicos Gratuitos por Correspondencia

¡SUSCRÍBETE AHORA!

TODO LO QUE NECESITAS ES UNA BIBLIA, UNA PLUMA, Y UN CORAZÓN DISPUESTO.

- Recibe tus lecciones por correo.
- Obtén certificados de culminación por cada curso.
- Desarrolla tu carácter, resistencia, y fortaleza espiritual.
- Recibe motivación y comentarios personalizados.
- (En cada lección, encontrarás reseñas y respuestas por parte de voluntarios entrenados).
- Tras completar las 35 lecciones autoguiadas podrás ganar seis horas de créditos en el Instituto Bíblico Berean, Slinger WI **Bereanbibleinstitute.org.**

Por favor suscríbete escribiéndonos a la dirección anterior y asegúrate de incluir:

- Tu nombre y número de ID
- Nombre de la institución
- Dirección de la institución
- Ciudad, estado y código postal

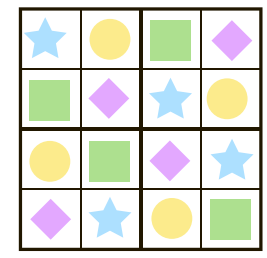
PRISON MISSION ASSOCIATION
PO Box 2300
Port Orchard, WA 98366

Nuestras lecciones también están disponibles para su descarga en www.prisonmission.org.

RESPUESTAS DE SUDOKU *(de p.6)*

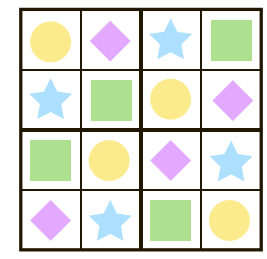
FÁCIL

2	1	5	3	7	9	8	6	4
9	8	6	1	2	4	3	5	7
7	3	4	8	5	6	2	1	9
4	5	2	7	8	1	6	9	3
8	6	9	5	4	3	1	7	2
3	7	1	6	9	2	4	8	5
5	2	7	4	1	8	9	3	6
6	4	8	9	3	7	5	2	1
1	9	3	2	6	5	7	4	8



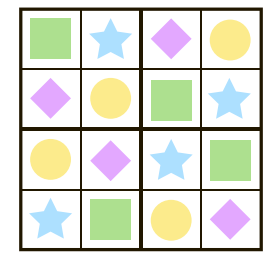
MEDIO

8	7	6	4	9	3	2	5	1
3	4	5	7	1	2	9	6	8
2	9	1	5	6	8	4	7	3
9	8	2	1	3	5	7	4	6
7	5	4	8	2	6	3	1	9
1	6	3	9	4	7	8	2	5
4	1	7	3	5	9	6	8	2
6	3	8	2	7	1	5	9	4
5	2	9	6	8	4	1	3	7



DIFÍCIL

1	6	5	8	4	7	9	2	3
7	8	9	3	1	2	5	4	6
4	3	2	5	9	6	1	7	8
2	9	7	4	6	3	8	5	1
5	1	8	7	2	9	3	6	4
3	4	6	1	5	8	2	9	7
9	7	3	2	8	4	6	1	5
8	2	1	6	7	5	4	3	9
6	5	4	9	3	1	7	8	2



PRISON FELLOWSHIP

© 2022 por Prison Fellowship

INSIDE JOURNAL® se publica cuatro veces al año por Prison Fellowship, P.O. Box 1790, Ashburn, VA 20146-1790
prisonfellowship.org
703.478.0100

Director Editorial:
J.R. Breault

Jefe de Redacción:
S.L. Ray

Escritores:
E.G. Andrews, Kate Campbell, A.R. Quinn, S.L. Ray, Dillon Shaw

Diseñador Gráfico:
A. Raquel

Un miembro del Evangelical Council for Financial Accountability y el American Correctional Association.

Inside Journal® es una marca registrada de Prison Fellowship®.